



## Kære beboer.

Vi håber, du har det godt i disse corona-tider. Vi ved, det ikke er lige nemt for alle at klare at komme igennem denne periode. Vi skriver ud til alle beboere for at anmode om, at I er opmærksomme på jeres naboer, om de har det godt eller har brug for hjælp. Vi ved, at der kan sidde beboere, som har svært ved indkøb, som er ensomme, som har svært ved lektier og hjemmeskole.

FFBs boligsociale indsats har herunder samlet en kontaktiliste til en række af de myndigheder og frivillige organisationer, som kan hjælpe i disse tider.

**Røde kors:** Du kan ringe på telefon [3529 9660](tel:35299660). Telefonerne er åbne mellem kl. 9-19 hver dag. **Hjælpenetværket** kan for eksempel hjælpe med indkøb, hundeluftning, pakke- og medicin afhentning eller andre praktiske gøremål. Bemærk vores hjælp omfatter IKKE børnepasning. Du kan få hjælp via Hjælpenetværket hvis du:

- ✓ Er ældre og føler dig i risiko for at blive smittet.
- ✓ Er særlig udsat fx pga. sygdom fx hjertekarsygdom, lungesygdom, nedsat immunforsvar og kræft) og derfor har valgt at gå i selvisolation.
- ✓ Er mistænkt for at være smittet og er derfor i hjemmekarantæne.
- ✓ Er syg af Coronavirus og er derfor i hjemmekarantæne.

**Vil du være frivillig hjælper?** Vi har brug for frivillige hjælpere. Du skal min. være 18 år. Ring så kontakter vi dig hurtigst muligt.

**PsykInfo:** PsykInfo tilbyder information, rådgivning og vejledning om psykisk sygdom og psykiatri til alle borgere, der har brug for mere viden. Tlf.: 3864 1300  
Mandag- onsdag 10.00-17.00, Torsdag 13.00-17.00, Fredag 10.00-16.00  
Mail til [psykinfo@regionh.dk](mailto:psykinfo@regionh.dk)

## **Særlige tilbud for børn og unge**

**BørneTelefonen** Tlf.: 116 111

**ForældreTelefonen** Tlf.: 35 55 55 57

**Socialafdelingen Frederiksberg kommune:** Bekymringshenvendelser skal ske på:

Mail: [soc.tfa@frederiksberg.dk](mailto:soc.tfa@frederiksberg.dk) - Telefon: 3821 3070

**Lektiehjælp** via facebook-gruppen: "DRC lektiehjælp online"

## **Særlige tilbud for ældre**

**Tryghedsopkald og Besøgsvenner:** Der vil være en af Ældresagens frivillige, der ringer til dig kl. 8-9. Ring til Lise på: 2251 2721

Har du spørgsmål, så kontakt FFBs boligsociale medarbejdere:

Kresten Bang Heinfelt – mobil: 2363 8929 – mail: [krh@kab-bolig.dk](mailto:krh@kab-bolig.dk)

Nynne Kjøller Stadelund – mobil: 4049 1098 – mail: [nynst@kab-bolig.dk](mailto:nynst@kab-bolig.dk)

**De bedste hilsner Frederiksberg Forenede Boligselskaber**